



UNIVERSIDAD INTERAMERICANA DE PUERTO RICO
RECINTO DE PONCE
PROGRAMA DE CARRERAS CORTAS

Entrenador Personal
Duración: 1 ½ Año

Total de horas: 1.365
Total de créditos: 36

SECUENCIA CURRICULAR

PRIMER TÉRMINO

Cursos			Horas	Créditos	Nota
CPTR	0110	Primeros Auxilios y CPR (Laboratorio)	37.5	1	
CPTR	0120	Riesgos de Salud y Evaluación de Condición Física (Laboratorio)	75	2	
CPTR	0130	Entrenamiento de Flexibilidad	75	2	
CPTR	0140	Entrenamiento para Cambio de Estilo de Vida y Bienestar	75	2	
CPTR	0150	Técnicas de Levantamiento de Pesas	75	2	
CPTR	0210	Anatomía y Kinesiología (Laboratorio)	112.5	3	
Sub-total			450	12	

SEGUNDO TÉRMINO

Cursos			Horas	Créditos	Nota
CPTR	0160	Nutrición Aplicable al Deporte	112.5	3	
CPTR	0220	Conceptos de Entrenamiento y Rehabilitación Cardiovascular	75	2	
CPTR	0230	Prevención y Rehabilitación de Lesiones	37.5	1	
CPTR	0240	Entrenamiento para Poblaciones Especiales I	75	2	
CPTR	0250	Diseño de Programas de Entrenamiento de Fuerza	75	2	
CPTR	0260	Programa de Ejercicios Alternos para el Entrenamiento Personal	75	2	
Sub-total			450	12	

TERCER TÉRMINO

Curso			Horas	Créditos	Nota
CPTR	0310	Fisiología del Ejercicio	112.5	3	
CPTR	0320	Entrenamiento de Poblaciones Especiales II	112.5	3	
CPTR	0297	Seminario para Entrenadores	37.5	1	
CPTR	0340	La Administración en el Entrenamiento Personal	112.5	3	
CPTR	0350	Prácticum de Entrenador Personal	90	2	
Sub-total			465	12	

Nombre del estudiante: _____